

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE



SEMAINE DU :

lundi 21 septembre 2026



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

(SV) sans vinaigrette

(*) plat contenant du porc

LUNDI



Salade coleslaw
Emincé de Poulet Sauce Champignons
Riz Aux Petits Légumes
Saint-Môret
Petit Suisse aux Fruits BIO

MARDI



Salade du Pêcheur
Filet de Colin MSC sauce Citron
Haricots Plats
Emmental en portion
Poire

MERCREDI



Œuf Dur Mayonnaise
Cordon Bleu de dinde (VF)
Fusillis Bio
Yaourt Nature Bio
Ananas Au Sirop

JEUDI



Melon Jaune
Coquillettes and Cheese
Plat Complet
Fromage blanc nature (laitage)
Tarte Aux Pommes

VENDREDI



Taboulé de chou fleur ou Pâté de Campagne* (VPF) - Cornichon
Filet de Hoki Sauce Hollandaise
Purée de pomme de terre
Carré fondu calcium
Crème Dessert Chocolat

(*) plat contenant du porc



Menu Liberté

Semaine du 21 au 25 septembre 2026



Les descriptifs présentés peuvent être amenés à évoluer. En cas de doute, nous vous invitons à consulter l'étiquette figurant sur les barquettes.
Nos produits sont élaborés dans une cuisine où plusieurs allergènes sont utilisés ; nous ne pouvons donc pas garantir l'absence totale d'un ou de plusieurs autres allergènes.

Nom du produit		Code	Dénomination légale	Composition		Allergènes	Origine des viandes
Entrées	Oeuf dur mayonnaise	B1001	Oeuf dur mayonnaise	OEUF dur, mayonnaise (OEUF)		Oeuf	
	Melon Jaune	B1082	Melon jaune	Melon jaune			
	Pâté de Campagne (VPF) - Cornichon	B1096	Charcuterie à base de viande de porc, d'oignons et d'épices, accompagnée de cornichon	Pâté de campagne (Viande de porc, gras et abats de porc, eau, oignons frais, couenne de porc, fécule de pomme de terre, sel, protéines végétales (SOJA), épices et plantes aromatiques, arômes naturels) Cornichons (MOUTARDE)		moutarde, soja	FR
	Chou Rouge Vinaigrette	B1102	Salade de chou rouge à la vinaigrette	Chou rouge frais râpé, huile de colza, vinaigre de cidre (SULFITES), sucre, sel		Sulfites	
	Salade Coleslaw	B1129	Salade à base de chou blanc et carottes râpées, assaisonnée	Chou blanc frais râpé, assaisonnement (huile de colza, eau, vinaigre, MOUTARDE, jaune d'OEUF, sel, sucre, épices), carotte fraîche râpée, sucre, CREME épaisse (LAIT), oignon, sel		Moutarde, oeuf, lait	
	Salade de Lentilles Vinaigrette	B1144	Salade de lentilles vertes à la vinaigrette	Lentilles vertes, assaisonnement (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), huile d'olive, vinaigre d'alcool, échalote, ciboulette, sel.		Moutarde	
	Salade du Pêcheur - Entrée	B1166	Salade à base de pommes de terre et thon, assaisonnée	Pomme de terre cube cuite, sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), thon (POISSONS), oignons, eau, olive noire rondelle, cornichon, persil, sel, aneth.		Moutarde, poisson	
	Taboulé de Chou Fleur	B1172	Salade à base de semoule de chou-fleur et de légumes assaisonnés	Semoule de chou fleur, tomate, duo de courgettes, ciboulette, échalote, huile d'olive, jus de citron, sel			
	Salade Verte (SV)	B1196	Mélange de salades vertes	Mélange de salades vertes			
	Taboulé (Semoule BIO)	B1362	Salade bio à base de semoule de blé, de légumes, de menthe et d'une vinaigrette	Semoule de BLE (GLUTEN) bio, eau, tomate, concombre bio, huile d'olive, jus de citron, menthe, sel.		Gluten, sulfites	

P(ats)

Emincé de Poulet Sauce Champignons	C1302	Morceaux de poulet sce crémeuse au champignon	emincé de poulet, sauce champignon (eau, oignon, vin blanc (sulfites), soupe champignons (LAIT, GLUTEN), crème (LAIT), sauce blanche (LAIT), champignons tranchés, champignons forestiers, fond blanc de volaille, huile de tournesol, poivre)	Gluten, lait, sulfites	UE
Crousti fromage	C1328	Pané de fromage à l'Emmental Français	Fromages (LAIT) (fromage blanc, emmental, fromage à pâte molle, mozzarella), farine de BLE, eau, fécule de manioc, huile de coprah, blanc d'OEUF, sel, levure.	Lait, gluten, œuf	0
Cordon Bleu de dinde (VF)	C1353	Viande de dinde reconstituée garnie (jambon cuit de dinde goût fumé/fromage fondu) panée	Viande de dinde et de poulet (FR), eau, sel, fibre de bambou et de BLE, arôme naturel, extrait d'épices, chapelure (farine de BLE, sel), FROMAGE fondu (FROMAGES, eau, BEURRE, amidon, LAIT), jambon cuit de dinde (dinde, protéines de SOJA, sel, Huile de friture : huile de colza	Lait, gluten, soja	FR
Filet de colin MSC sauce citron	C1371	Filet de colin MSC accompagné d'une sauce citronnée	Filet de COLIN, sauce citron (eau, vin blanc (SULFITES), sauce béchamel (LAIT), roux blanc (GLUTEN), CREME, jus de citron, fumet de POISSON, échalote, épices paella (paprika, poivre, safran)	Poisson, sulfites, lait, gluten	
Pâtes façon Mac & cheese (plat complet)	C1384	Coquillettes accompagnés d'une sauce crémeuse au fromage	Coquillettes (GLUTEN), Sauce (Eau, CREME (LAIT), sauce blanche (LAIT, GLUTEN), sel, poivre concassé), CHEDDAR (LAIT).	Gluten, lait	
Dahl de Lentilles Corail et Riz (plat complet)	C1392	Lentilles corail et de légumes, au lait de coco et épices sur lit de riz	Lentilles corail (GLUTEN), CREME fraîche, YAOURT, lait de noix de coco, pois chiches, concassé de tomates, épinards, potiron, eau, farine de BLE, huile de tournesol, sel, coriandre, sucre, mélange d'épices (MOUTARDE), cumin, gingembre, paprika, curcuma, riz	lait, gluten, moutarde	
Omelette Nature	C1466	Omelette salée pliée en 2, façon demi lune	ŒUF entier, LAIT écrémé, sel, poivre	Œuf, lait	
Sauté de Porc (VPF) Charcutière	C2080	Sauté de porc, sauce tomate aux cornichons	Sauté de porc, Sauce charcutière (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, roux blanc (GLUTEN), cornichons (MOUTARDE), jus de veau, huile de tournesol, concentré de tomate, vinaigre d'alcool, poivre, persil)	sulfites, moutarde, gluten	FR
Nuggets de blé croustillants	C2569	Préparation à base de protéines végétales panée cuite	Eau, protéine de BLE, farine de BLE, protéines de pois, oignons, huiles végétales (tournesol, colza), sel, chapelure (farine de BLE, levure, sel).	Gluten	0
Filet de Hoki MSC Sce Hollandaise	C2882	Filet de hoki MSC avec une sauce pour crème au citron	Filet de HOKI MSC (POISSON), Sauce (eau, vin blanc (SULFITES), sauce blanche (LAIT), CREME, échalote, roux (GLUTEN), préparation hollandaise (LAIT, ŒUF), jus de citron (SULFITES), fumet de POISSON, épices (paprika, poivre, safran)	sulfites, poisson, lait, œuf, gluten	FR

Accompagnements

Duo de Courgettes	D1682	Mélange de courgettes jaunes et vertes assaisonnées	Duo de courgettes (courgettes vertes et jaunes), huile de colza aromatisée, sel.		
Haricots Plats CE2	D1723	Haricots plats coupés cuits assaisonnés	Haricots plats, huile de colza aromatisée, sel		
Petits Pois CE2	D1759	Petits pois assaisonnés	Petits pois, huile de colza aromatisée, sel		
Ratatouille	D1810	Mélange de légumes à la sauce tomate, assaisonnés et surgelés	Mélange de légumes (aubergine, huile de tournesol), tomate, courgette, oignon, poivron rouge et vert) sauce tomate (tomate, concentré de tomate, huile de tournesol, oignon, sel, acide citrique), huile d'olive, sel, thym, ail, poivre noir		
Riz aux petits Légumes	D1813	Mélange de riz et de petits légumes en brunoise, assaisonné	Riz long grain, brunoise de légumes (carottes, poireaux, CÉLERIS, navets, oignons), huile de colza aromatisée, sel	Céleri	
Purée de pommes de terre	D1871	Purée de pomme de terre au lait	Eau, purée flocon de pomme de terre au lait, huile de colza aromatisée, sel	Lait	
Carottes BIO Vichy	D2139	Carottes bio assaisonnée	Carottes bio, huile de colza aromatisée, sel		
Fusillis Bio	D2207	Pâtes en spirales assaisonnées	100% semoule de BLÉ dur issu de l'agriculture biologique, huile de colza aromatisée, sel	Gluten	